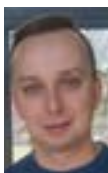


Terapia uzależnień od narkotyków

8



Antoni Naglik
pedagog, konsultant w Punkcie Informacyjno - Konsultacyjnym
(profilaktyka, poradnictwo z zakresu uzależnień) dla studentów i pracowników PŁ

Medyczne aspekty leczenia uzależnień od narkotyków

Leczenie to: „Podstawowy dział medycyny i weterynarii, przywracanie zdrowia chorym ludziom i zwierzętom; l. objawowe, zachowawcze, zabiegowe; l. farmakologiczne, fizykalne, dietetyczne, promieniowaniem” (Encyklopedia.pwn.pl). Medyczne formy leczenia uzależnień wiążą się z podawaniem pacjentom leków, czego nie ma w innych formach terapii leczenia uzależnień. Medyczne podejście do leczenia uzależnień od narkotyków wiąże się z podejściem psychiatrycznym do pacjenta – człowiek traktowany jest jak psychicznie chory, a nie jak człowiek, który ma problem wynikający z różnego rodzaju problemów. Chociaż trzeba zaznaczyć, że w leczeniu psychiatrycznym uzależnień występują elementy poradnictwa psychologicznego oraz psychoterapii (por. Narkotyki.pl). Często przy leczeniu narkomanii zapisywane są przez psychiatrów leki - głównie psychotropowe. Mają one złagodzić cierpienie po odstawieniu środka odurzającego. Do leczenia objawów odstawienia używa się również leków



przeciwbólowych i przeciwwymiotnych (por. Z. Juczyński, 2002). Sposobem medycznego leczenia uzależnień, o którym warto wspomnieć jest kuracja metadonowa. Metadon to: „(...) syntetyczny narkotyk typu opiatowego. Wynaleziony przed II wojną światową, a w czasie jej trwania stosowany do zniesienia bólu u kontuzjowa-

nych żołnierzy. Powszechnie znany na świecie od 30 lat, gdy został zastosowany do leczenia substytucyjnego narkomanów opiatowych w USA z dobrymi efektami. Podawany jest doustnie, co eliminuje zagrożenie wirusem HIV. Uwalnia też od głodu opiatowego, co daje szansę na lepsze funkcjonowanie w społeczeństwie. Warunkiem powodzenia jest jednak dobra współpraca między leczonymi a leczącymi, dyscyplina i duża determinacja uzależnionych wytrwania w programie metadonowym, aby później żyć bez narkotyku” (W. Janiszewski, 2001, s. 62).

Pozamedyczne formy terapii

Istnieje kilka pozamedycznych form terapii, które mają na celu leczenie uzależnień. Są to najczęściej różnego rodzaju aktywności fizyczne i psychiczne. Podczas takiej terapii pacjenci uczą się mówić o sobie (o swoich zachowaniach i uczuciach). Uczą się tego, że w życiu trzeba ponosić konsekwencje swoich (czasami bardzo złych) czynów. Ludziom uzależnionym będącym podczas leczenia „pokazuje” się, że ważną rzeczą w życiu człowieka jest stawianie

realnych celów i dążenie do ich realizacji (por. T. Głowik, 2002).

Jedną z metod leczenia jest terapia grupowa. Proces grupowy zapoczątkował A. Messmer w połowie VIII wieku. Jednak dopiero po II wojnie światowej nastąpił jej największy rozwój (por. L. Sagadyn, 2003). W dzisiejszych czasach mamy wiele propozycji terapii grupowej dla osób zażywających substancje psychoaktywne. Jest to np. grupa motywacyjna. Pacjenci w grupie motywacyjnej dowiadują się między innymi, że zdecydowali się na leczenie ponieważ: „(...) nie radzą sobie w życiu na wszystkich płaszczyznach, a narkotyk to jedna, wcale nie najlepsza, z możliwych dróg radzenia sobie, istnieje natomiast wiele innych możliwości, które są mniej destrukcyjne. Z tej grupy pacjent wychodzi z podstawową wiedzą na temat uzależnienia, rozpoznaje u siebie objawy, wie, czym grozi łączenie życiowych problemów z przyjmowaniem substancji psychoaktywnych” (A. Bakula i P. Bakula, 2003). W obrębie terapii grupowej występują również:

- a) terapię w grupach intensywnej psychoterapii (praca nad głodem narkotykowym, praca nad bezsilnością i praca nad tożsamością);
- b) grupa pracy pogłębionej (praca nad problemami dnia codziennego);
- c) grupa dla rodziców. (por. A. Bakula i P. Bakula, 2003).

Ważną rolę odgrywają także grupy dla osób, które skończyły leczenie odwykowe, lub terapię w ośrodku. Osoby po leczeniu, czyli „neofici” nie muszą od razu wracać do domów, czy wynajmować mieszkań w mieście. Istnieją bowiem takie miejsca jak hostele postrehabilitacyjne. Nie jest to już ośrodek, ale niektóre zasady pozostają podobne. Np. co jakiś czas odbywa się grupa, podczas której byli pacjenci opowiadają o swoich doświadczeniach życiowych. Oczywiście gdy przychodzi kryzys – uzyskują wsparcie i pomoc. D. Lambert i N. C. English (za: M. Schneider – Corey i G. Corey, 2002, s. 389, 390) opisują formę terapii grupowej dla uczniów po, lub pod koniec leczenia odwykowego. Jest to ważne, żeby tacy uczniowie mieli się gdzie zgłosić. Prowadzący takie grupy ogłaszają się w szkołach poprzez np. informację w gazetce szkolnej.

Bardzo popularna i stosowana praktycznie we wszystkich ośrodkach MONAR metoda grupowej terapii to społeczność terapeutyczna. Istnieje także wspólnota o nazwie Anonimowi Narkomani. Są to samopomocowe grupy, które opierają się programie 12 kroków i 12 tradycji. Istotą leczenia w tej instytucji jest to, co uzależniony chce zrobić ze swoim problemem

i jak inni mogą mu pomóc – a nie to, jakie brał narkotyki i jak długo (por. B. T. Woronowicz, 2009). Program Anonimowych Narkomanów ma swoje korzenie w programie Anonimowych Alkoholików. Anonimowi Alkoholicy jest to wspólnota mężczyzn i kobiet, w której ludzie dzielą się ze sobą swoimi problemami. Program AA składa się z 12 Tradycji i 12 Kroków. Jeżeli uzależniony bardzo chce się zmienić i wprowadza w życie Program AA to ma szansę na pozbycie się obsesji picia (por. Alkoholizm.info.pl). Ważną rolę w leczeniu uzależnień odgrywają także indywidualne sesje. Jedną z nich jest poznawcza terapia według Becka i współpracowników. Jest to od 5 do 20 sesji, podczas których terapeuta ma się koncentrować na:

- aktualnym stanie pacjenta;
- jego funkcjonowaniu od poprzedniego spotkania;
- jakości realizacji przez pacjenta zadań domowych.



Takie spotkanie także wymaga od terapeuty skoncentrowania na prowadzeniu „dialogu sokratejskiego”. Taki dialog to specjalnie dobrane przez terapeutę pytania, przemyślenia, hipotezy i podsumowania. Gdy „dialog sokratejski” jest dobrze przeprowadzony to wtedy pacjent inaczej postrzega dotychczasowe problemy i łatwiej przyjmuje informacje na swój temat (por. J. Chodkiewicz, 2004). W terapii osoby uzależnionej bardzo ważne jest rozwijanie zainteresowań. Człowiek, który bierze narkotyki po pewnym czasie przestaje się interesować czymkolwiek. Najważniejsza staje się zabawa i bycie pod wpływem narkotyku. Od wielu lat w Polsce organizuje się dla młodzieży różnego rodzaju imprezy, które propagują styl życia bez narkotyków. Są to także takie imprezy, które zajmują ludziom czas i zarażają jakąś pasją. Istnieje wiele poradni i stowarzyszeń, które zajmują się terapią uzależnień. Są tam organizowane bardzo różne działania. Rodzic osoby uzależnionej, lub sam uzależniony może umawiać się na rozmowy ze specjalistami terapii uzależnień. Są organizowane różnego rodzaju grupy dla osób o „różnym stopniu wtajemniczenia” w narkotyki. Też osoby uzależnione uczęszczające do takich placówek ambulatoryjnych, mogą walczyć o bezpłatne wyjazdy na wakacje i zimowiska z pacjentami ośrodka Monar. Często różni ludzie organizują np. terapię przez sztukę, terapię przez muzykę.